

# Omastehooldusest

10. november 2015, Valga

**MTÜ Eesti Omastehooldus**

Helle Lepik ja Ivar Paimre



# Ühingust (1)

- ♥ MTÜ Eesti Omastehooldus – 24.02.2011
- ♥ Kodus pereliikmeid ja lähedasi hooldavate inimeste olukorra parandamine, omastehooldajate ja nende pereliikmete, piirkondlike tugi- ja kogemusrühmade ja kõikide hooldajatööd väärtustavate inimeste toetamine ja arendamine
- ♥ Kogemuskoda – kogemusrühmad üle Eesti
- ♥ 140 registreeritud liiget



# Ühingust (2)

- ♥ Projektitööd on suunatud omastehooldajate koolitamisele, nende eneseteadlikkuse tõstmisele ja enesemääramise edendamisele ja ühiskondliku teadlikkuse kasvatamisele, arvestades erinevate huvigruppide vajadusi
- ♥ Eesti omastehoolduse foorum 2011, 2013
- ♥ Eesti omastehoolduse arengukava 2013-2020 (2012)
- ♥ Koostööpartner – Eesti Sotsiaalministeerium
  - ♥ Eesti sotsiaalse turvalisuse, kaasatuse, tööhõive ning võrdsete võimaluste arengukava 2016-2023
  - ♥ Sotsiaalse kaitse lepe 18.11.2014 -
- ♥ Euroopa omastehooldajate ühendus Eurocarers – täisliige ja juhatuse liige, 2013 -



# Mõisted

- ♥ Eesti **hoolekande korraldamise** põhimõtteks on nii isiku vastutus enda ja oma perekonnaliikmete eest kui ka avaliku sektori abi andmise kohustus, kui isiku ja perekonna võimalused toimetulekuks ei ole piisavad.
- ♥ **Omastehooldaja** – inimene, kes hooldab pereliiget või lähedast, kes haigusest, puudest või muust erivajadusest tingitult vajab kõrvalabi oma igapäevaelu toimingutes.
- ♥ **Omastehooldus** – pikaajalise haige, puudega inimese, sh lapse ja eaka lähedase kodus abistamine, järelevalve ja hooldus lühiajaliselt, ajutiselt või ööpäevaringselt.



# Kes on omastehooldaja?

Omastehooldajad on igas vanuses inimesed, kes hooldavad ( enamasti tasustamata) väljaspool professionaalset või formaalset hoolekandesüsteemi oma pereliiget või lähedast, kes haigusest, puudest või muust erivajadusest tingitult vajab kõrvalabi oma igapäevaelu toimingutes.

(Eurocarers, 2014)



# Sotsiaalkaitsekomitee aruanne

- ♥ „Pikaajalise hooldusvajaduse adekvaatne sotsiaalkaitse vananeva ühiskonna tingimustes“
- ♥ Hooldusvajaduse ennetamine
- ♥ Tervislikud eluviisid
- ♥ Iseseisva elu toetamine
- ♥ Integreeritud süsteem – hoolekanne ja tervishoid
- ♥ Töö- ja hoolduskohustuse ühildamine
- ♥ Pikaajalise hoolduse efektiivsus ja kättesaadavus
- ♥ Tõenduspõhisus – elukvaliteet, tööhõive
- ♥ Eesti aruanne ja omastehooldus



# Omastehoolduse ülekaal

- ♥ 20 miljonit hooldajat suure hoolduskoormusega – 20+ tundi nädalas
- ♥ 80% hoolduskoormusest kannavad omastehooldajad – abikaasad, lapsed ja sugulased
- ♥ Enamuses naised vanuses 45+
- ♥ Pea kõigis liikmesriikides rohkem kui pooled kuni 65aastased omastehooldajad ühitavad töö ja hoolduse
- ♥ Märkimisväärne hulk inimesi on hoolduskohustuse tõttu aktiivsest tööhõivest eemaldunud

(Anderson, Eurofound 2015; Eurocarers, 2014)



# Omastehooldus on surve all

♥ järgnevatel põhjustel:

–madal sündivus, väiksemad pered, suurenev mobiilsus, naiste suurenev aktiivsus tööhõives, pikenev tööiga

♥ Murekohad

–hooldustöötajate puudus, omastehooldajate vähene toetus ja tõrjutuse oht

♥ Murekohti võimendavad majanduslik ebastabiilsus ja kärped senises toetuste- ja teenustesüsteemis.

(Anderson, Eurofound 2015; Eurocarers, 2014)





# Hoolduse olemus

- ♥ Inimsuhete loomulik osa

  - osa meie sotsiaalsest olemusest, aidata hooldada oma lähedast, sageli vastastikune

- ♥ Kaasneb moraalne kohustus – kohusetunne

- ♥ Sisaldab ajalist mõõdet; elukaare perspektiiv

- ♥ Enda realiseerimise võimalus, kuuluvustunne

- ♥ See ei sobi igaühele!

- ♥ Omastehooldajate eneseteadlikkus ning sotsiaalne ja kultuuriline tunnustus

(Nolan *et al.* 1996, Hanson *et al.* 2006)



# Omastehooldajate tervis ja heaolu

- ♥ Terviseriskide (füüsilised ja vaimsed) suurenemine hoolduskoormuse tõttu ja hooldusperioodi pikkuse mõjul
- ♥ Naised on enam mõjutatud kui mehed
- ♥ Tööealiste mittetöötavate hooldajate tervislik seisund on halvem võrreldes tööhõives hooldajatega ja mitte-hooldajatega, samuti kogetakse suuremat vaesust ja sotsiaalset tõrjutust

(Andersson, Eurofound 2015)



# Omastehoolajate vajadused/eelistused

- ♥ „ülinõudlikud“ omastehoolajad!
- ♥ Omastehoolajad kui koostööpartnerid, tugisüsteemi olemasolu:
- ♥ **informatsioon** ja nõustamine, **haridus** ja/või koolitused,
- ♥ **toetus** (psühhosotsiaalne, praktiline)
- ♥ ”olla hea hooldaja”

(Nolan *et al.* 1996; Hanson *et al.* 2008; Schumacher *et al.* 1998)



# Informatsioon, haridus ja koolitus

- ♥ Hooldatava abivajaduse/haiguse tundmine, enimlevinud probleemid ja ravi/toetus
- ♥ Kohalikud tugiteenused, toetused, abivahendid ja kohandused
- ♥ Toimetulek
- ♥ Igapäevaelu toetavad hooldusvõtted
- ♥ Kohandatud lähtuvalt hooldajast ja hooldusjärgustostkustest

(Hanson *et al.* 2008)



# Toetamine

- ♥ Kogemuste vahetamine, kogemusnõustamine
- ♥ Asendushooldusteenuste olemasolu
- ♥ Praktiline tugi hooldustegevustel
- ♥ Kohandatud kodukeskkond

♥ (Hanson *et al.* 2008)



# Võtmekohad

## Omastehooldajad ja hoolealused

- ♥ Uue tehnoloogia potentsiaali tajumine, eelduseks kasutajasõbralikkus ja otsene kasu hoolduskorraldusele
- ♥ Kuuluvustunne ja isoleerituse vähenemine
- ♥ Toetusvõrgustiku teke

## Omastehooldajad

- ♥ Teadlikkus ja turvatunne
- ♥ Kontroll hoolduskohustuse üle
- ♥ Enesekindluse kasv hooldamisel

(Magnusson & Hanson, 2012; Blussi, *et al.* 2013)



# InformCare

Omastehoolduse infoportaal Euroopa Liidus

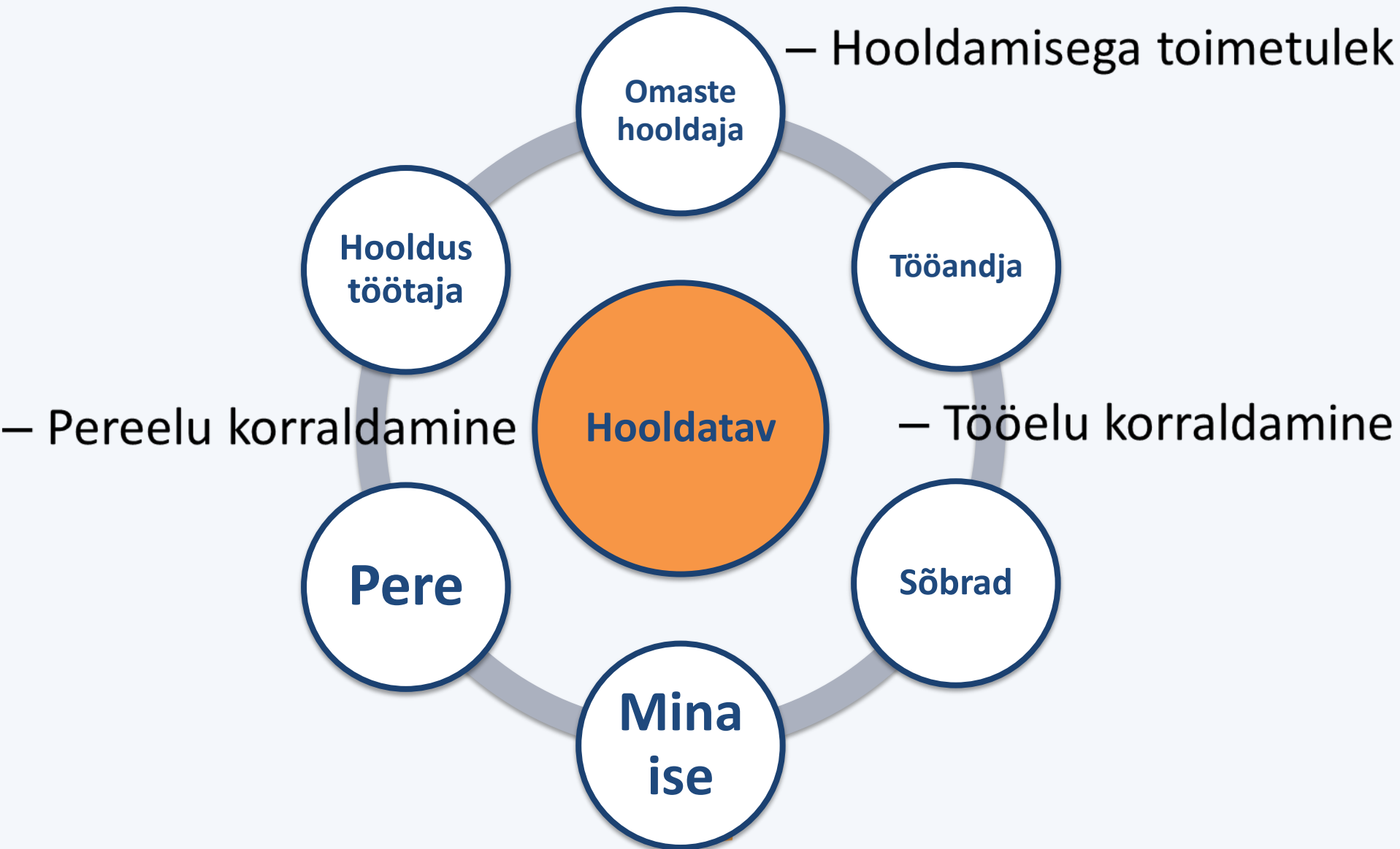
Hooldajad



**MTÜ Eesti  
Omastehooldus**



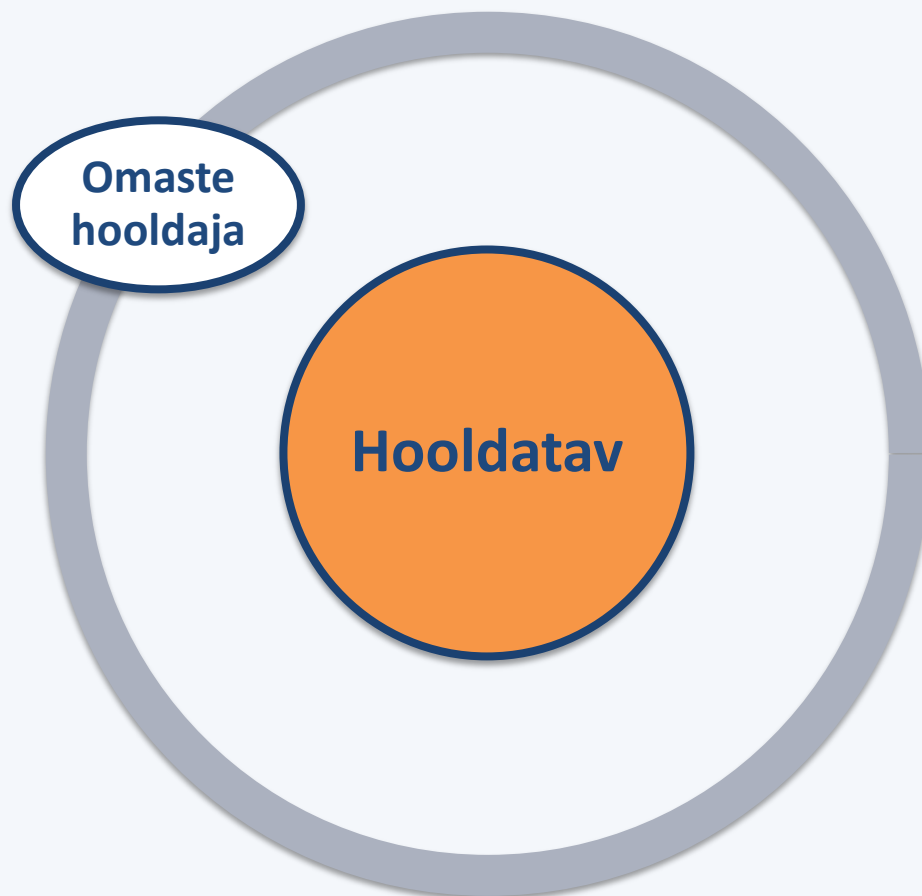
# Pere, töö ja hooldus



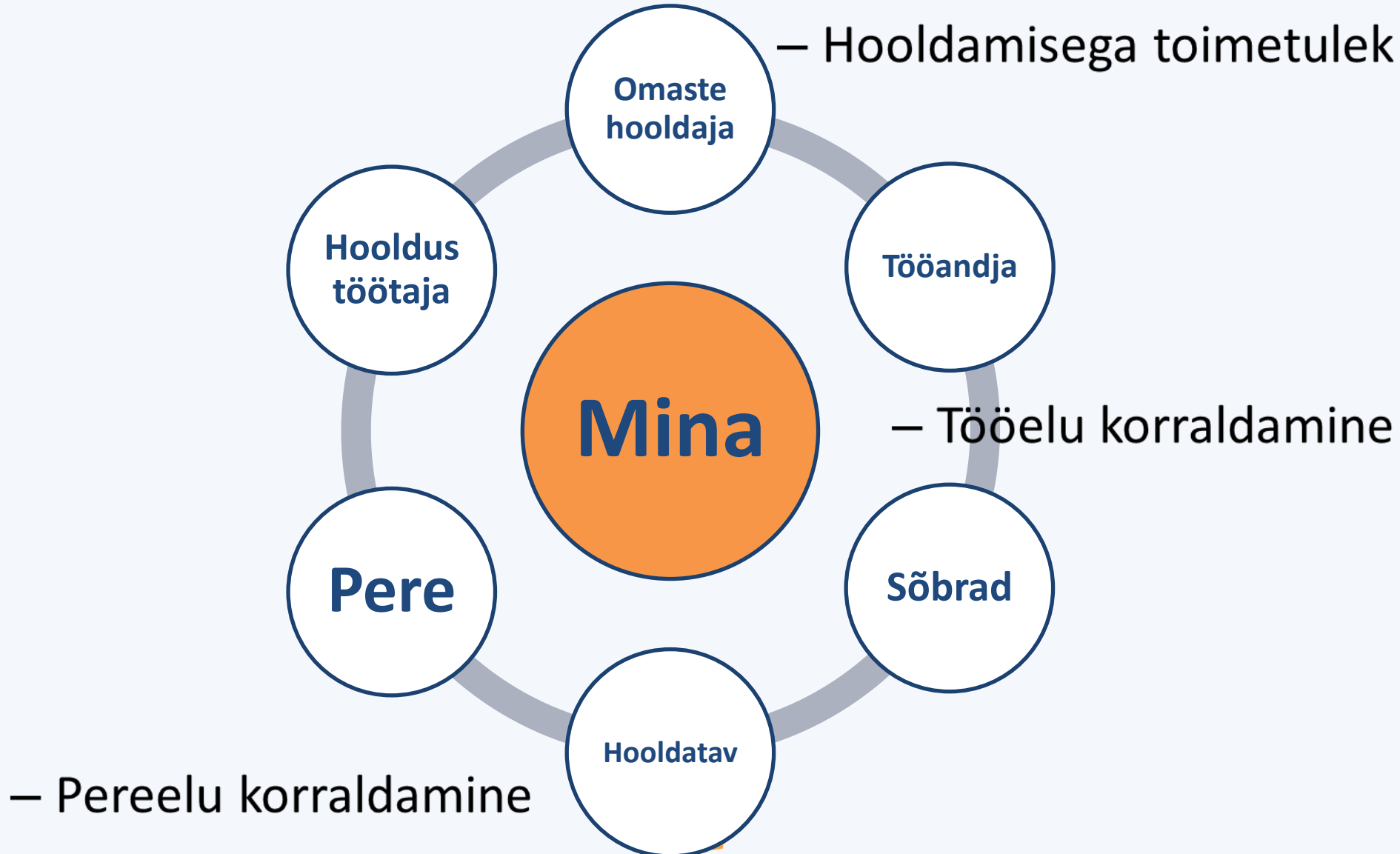


# Pere, töö ja hooldus

– Hooldamisega toimetulek



# Pere, töö ja hooldus



# Heaolu arengukava

- ♥ Sotsiaalse turvalisuse ja kaasatuse, tööhõive ning võrdsete võimaluste arengukava 2016-2023



# **AE 3: Kõrvalabi või hooldust vajavatele inimestele on tagatud iseseisvat toimetulekut toetavad hoolekande-teenused ja vajadustele vastavad hooldusvõimalused**

## **M1: Koduses keskkonnas iseseisvat toimetulekut toetavate hoolekandeteenuste arendamine ja kättesaadavuse tagamine**

- ♥ Eluruumi kohandamine, abivahendite kättesaadavus
- ♥ Tugiteenuste ja rehabilitatsiooni osutamine
- ♥ Puuetega inimeste sotsiaaltoetuste ja teenuste mõjusam seostamine

## **M2: Erinevate sihtrühmade vajadusi arvestavate hooldusvõimaluste arendamine ning kättesaadavuse tagamine**

- ♥ 'Süsteemide vahele jäävad' ja sobiva hooldusvõimaluseta rühmad
- ♥ Hoolekandes ja tervishoius pakutavate h-võimaluste parem seostamine

## **M3: Erihoolekandesüsteemi de-institutsionaliseerimine ja isikukeskseks kujundamine**

- ♥ Uue teenustesüsteemi rakendamine, väiksemate teenuseüksuste loomine

## **M4: Mitteformaalse hoolduse toetamine ja lähedastest hooldajatele sotsiaalse kaitse tagamine**

# Heaolu arengukava

- ♥ Puuetega inimeste ja eakate teenused ning toetused
- ♥ Hoolduskoormusega inimeste teenused ning toetused
- ♥ Erivajadustega inimeste eluaseme füüsiline kohandamine - kommentaar
- ♥ Asendushoolduse kvaliteedi tõstmine
- ♥ Erihoolekande asutuste reorganiseerimine
- ♥ Lapsehoiukohtade loomine ja teenusepakkumise toetamine 0–7-aastastele lastele
- ♥ Hindamiste kava



# Hoolduskoormuse vähendamise rakkerühm – november 2017

- ♥ Hooldusvajaduse ennetamine, hoolduskoormuse vähendamine ning efektiivse ja integreeritud teenuste pakkumise süsteemi loomine eeldab mitme valdkonna ja haldusala koostööd.
- ♥ Rakkerühma ellukutsumine aitab kaasa ka erinevate ministeeriumite finantsvahendite jätkusuutlikumale planeerimisele ning paremale koostöökohtade leidmisele.



# Hoolduskoormuse vähendamise rakkerühm – november 2017

Rakkerühma töösse kaasatud ministeeriumid ja institutsioonid on:

- ♥ Sotsiaalministeerium – vastutab – töö-, tervise- ja sotsiaalpoliitika arendamise eest;
- ♥ Rahandusministeerium – vastutab kohaliku omavalitsuse ja regionaalhalduse, sh kohaliku omavalitsuse finantseerimis- ja finantsjuhtimise põhimõtete arendamise eest;
- ♥ Justiitsministeerium – vastutab perekonnaõiguse kujundamise eest;
- ♥ Riigikantselei – vastutab rakkerühma kokkukutsumise ja töö koordineerimise eest.



# Hoolduskoormuse vähendamise rakkerühm – november 2017

Rakkerühma kaasatakse järgmised avalik-õiguslikud ja valitsusvälised organisatsioonid:

- ♥ Eesti Haigekassa;
- ♥ Sotsiaalkindlustusamet;
- ♥ MTÜ Eesti Puuetega Inimeste Koda;
- ♥ MTÜ Eesti Omastehooldus;
- ♥ MTÜ Eesti Sotsiaalasutuste Juhtide Nõukoda;
- ♥ Eesti Linnade Liit;
- ♥ Eesti Maaomavalitsuste Liit;
- ♥ Tartu Linnavalitsus;
- ♥ Teenusmajanduse Koda;
- ♥ MTÜ Sotsiaalsete Ettevõtete Võrgustik;
- ♥ Eesti Õdede Liit;
- ♥ Reeli Sirotkina (sotsiaaltöö lektor, Tartu Ülikool/Tallinna Ülikool).





# Kodu kui töökeskkond

- ♥ Ohutus
- ♥ Riskide hindamine
- ♥ Kohandused
- ♥ Hooldusvajadus-hoolduskohustus



# Omastehooldajate elukvaliteet ja heaolu

- ♥ Adekvaatse informatsiooni kogumine
- ♥ Inimeste konkreetsed lood – üldpilt ja probleemkohad, vajalikud arengud
- ♥ Küsitluse täitsid 30 inimest – 23 naist (77%) ja 7 meest (23%) – juhuslik valim.
- ♥ Keskmine vanus 55 eluaastat, erineva hariduse, hoolduskohustuse, elukohaga, tööstaatusesega, elusaatusesega
- ♥ 6 alateemat – valikvastused, faktid, avatud küsimused



# Põhiandmed

- ♥ 90% hooldavad abikaasat, enda või abikaasa last, enda või abikaasa vanemat
- ♥ Eesti Perekonnaseadus – ülalpidamiskohustus – omastehooldaja hoolduskohustus pereliikme suhtes
- ♥ 1/6 hooldab kahte inimest
- ♥ Keskmise hooldatava vanus 61 eluaastat – noorim 8-aastane, vanim 92-aastane
- ♥ 40% hooldanud üle 10 aasta
- ♥ Isiklik abistamine, hingeline tugi, majapidamistööd, meditsiiniline abi
- ♥ 73% elab hooldatavaga samas majapidamises
- ♥ Pereliikmetelt tuleb suurem osa abist hoolduskohustuse täitmisel



# Tööelu

- ♥ 50% hooldajatest töötab – töö, hoolduse ja pereelu ühildamine, tasakaal
- ♥ 50% oleks valmis loobuma tööst, kui hooldatav vajab pidevat ning intensiivset hooldust ja abi
- ♥ 50% töötavatest hooldajatest on tundnud soovi keskenduda ennekõike tööle, kogunud raskusi tööülesannete täitmisel, loobunud täiendkoolitustest, ühisüritustest, karjäärivõimalustest – häbi, solvumine, süütunne
- ♥ 56% hooldajatest on oma hoolduskohustusest tööle rääkinud – 70% on leidnud vähe mõistmist



# Enda jõuvarud ja toimetulek

- ♥ Vaid 3 inimest leiab enda jaoks isiklikku aega hooldamise kõrvalt
- ♥ Stressi on hoolduskohustuse tõttu tundnud vähemalt 90%
- ♥ 70% tunneb piiratust valikuvabadustes ja sotsiaalses suhtlemises
- ♥ Toimetulekuks ja jõuvarude säilitamiseks on kõige olulisem pereliikmete toetus, lisaks sõbrad, huvitegevus, asjatundjate abi



# Teenused

- ♥ Rahulolu kohalike omavalitsuse teenustega on väga madal
- ♥ 2/3 ei kasuta KOV teenuseid – koduhooldus, tugiisik, isiklik abistaja
- ♥ Keskmiselt 50% ei kasuta erinevaid teenuseid
- ♥ KOV-ide suutlikkus, teenuste kättesaadavus, hooldusvajaduse hindamine, sobiliku teenuse olemasolu, omastehooldaja teadlikkus



# Tervis

- ♥ 80% peab oma tervislikku seisu rahuldavaks
- ♥ 2/3 hooldajatest hindab oma tervist võrreldes eelmise aastaga halvemaks
- ♥ 2/3 tunneb muret oma tervise pärast hoolduskoormuse tõttu
- ♥ 2/3 hooldajate tervis on hoolduskoormusest sõltuvalt kannatada saanud
- ♥ 40% hooldajatel on püsiv tervisehäire
- ♥ 50% kasutab korrapäraselt ravimeid
- ♥ Rahulolu tunneb hetke olukorraga 50%



# Omastehooldaja

- ♥ Hooldajatoetust saab 40% - enamasti mittetöötav – võib sõltuda kohaliku omavalitsuse määrusest
- ♥ 25% on määratud hooldatava eestkostjaks
- ♥ Tunnevad muret jaksamise, stressi ja vananemise pärast
- ♥ Noorim vastaja 25-aastane, vanim 71-aastane
- ♥ Iseloomulikud jooned – empaatia, rahulikkus, järjepidevus, kommunikatsioon





# Täna kuulamast!

**MTÜ Eesti Omastehooldus**

Kontaktisik: Helle Lepik

Telefon: +372 52 68 822

E-mail: [info@omastehooldus.eu](mailto:info@omastehooldus.eu)

Kontaktisik: Ivar Paimre

Telefon: +372 53 671 418

E-mail: [ivar.paimre@gmail.com](mailto:ivar.paimre@gmail.com)

